

Протокол сдачи контрольно-переводных нормативов отделения синхронного плавания за 2021-2022 уч.год,  
группы начальной подготовки НП-2 / ТЭ-1, 2013 год рождения

№	ФИО	г.р.	Сила									Гибкость										для сведения (п. 1 - п. 10)		
			1. отжимания в упоре от скамейки	1. Отжимания = МЕСТО	2. подъем ног из виса на стенке - угол 90	2. подъем ног из виса на стенке - УГОЛ = МЕСТО	3. подъем ног из виса - касание перекладины	3. подъем ног из виса - касание перекладины = МЕСТО	4. удержание ног в висе на стенке - угол, СЕК	4. Удержание ног в висе на стенке - угол = МЕСТО	среднее МЕСТО сила (1-4)	5. лежа на спине - положение сидя	5. лежа на спине - положение сидя = МЕСТО	6. лежа на спине - подъем ног - пол за головой	6. лежа на спине - подъем ног за голову = МЕСТО	7.1. шпагат прав.	7.2. шпагат лев.	8. шпагат ПОПЕР.	ШПАГАТЫ сумма	ШПАГАТЫ МЕСТО (три шпагата)	9. мост		Мост МЕСТО	среднее МЕСТО гибкость (5-9)
1	Русина Елизавета Александровна	10.01.2013	16	7	25	5	15	3	29	2	4,25	15	3	14	3	5	5	5	15	1	5	4	2,75	10,00
2	Захаренко Дарья Антоновна	13.06.2013	18	5	30	1	6	10	16	11	6,75	14	4	16	1	5	5	5	15	1	6	1	1,75	11,50
3	Цивилева Анастасия Юрьевна	24.06.2013	18	5	26	4	13	5	30	1	3,75	16	3	12	5	5	5	5	15	1	5,5	2	2,75	10,50
4	Легостаева Варвара Сергеевна	08.03.2013	17	6	28	2	18	2	30	1	2,75	17	2	13	4	5	5	5	15	1	6	1	2,00	8,75
5	Бокова Полина Эдуардовна	16.10.2013	20	3	26	4	14	4	28	3	3,5	19	1	12	5	5	5	5	15	1	5,3	3	2,50	8,00
6	Галунина Элина Александровна	08.04.2013	19	4	27	3	15	3	29	2	3	12	6	13	4	4,5	4,5	5	14	6	5	4	5,00	11,00
7	Сидорова Варвара Сергеевна	24.02.2013	11	12	23	7	5	11	22	7	9,25	14	4	10	7	5	4,5	4,5	14	6	6	1	4,50	17,75
8	Соловьева Анастасия	2013 г.	21	2	24	6	15	3	30	1	3	17	2	15	2	5	5	4,7	14,7	2	4,5	5	2,75	8,75
9	Казимиренок Елизавета	23.11.2013	15	8	26	4	15	3	30	1	4	11	7	12	5	5	4,7	4,5	14,2	5	5,3	3	5,00	13,00
10	Федорова Варвара Сергеевна	10.05.2013	19	4	26	4	15	3	23	6	4,25	14	4	13	4	5	5	5	15	1	5,5	2	2,75	9,00
11	Чентырева Лилиана Викторовна	07.06.2013	17	6	27	3	8	8	27	4	5,25	13	5	13	4	4	4	5	13	9	4	6	6,00	13,25
12	Козоногина Александра	27.06.2013	24	1	25	5	19	1	30	1	2	17	2	14	3	4,7	5	5	14,7	2	4,5	5	3,00	6,00
13	Шпынева Глафира Александровна	13.01.2013	14	9	24	6	3	13	20	8	9	12	6	10	7	5	5	4,5	14,5	3	5,5	2	4,50	17,50
14	Чернышова Елизавета Дмитриевна	22.07.2013	15	8	26	4	13	5	23	6	5,75	14	4	10	7	4,5	4,5	4,8	13,8	7	5	4	5,50	14,25
15	Халецкая Василиса Романовна	06.05.2013	11	12	27	3	5	11	18	9	8,75	10	8	15	2	5	4,5	5	14,5	3	5	4	4,25	16,00
16	Афанасьева Арина	14.02.2013	15	8	26	4	1	15	12	13	10	15	3	12	5	4	4	4,7	12,7	10	5,5	2	5,00	17,00
17	Неронова Елизавета Антоновна	10.06.2013	19	4	24	6	4	12	16	11	8,25	12	6	10	7	4	3,5	4,8	12,3	12	4,5	5	7,50	17,75
18	Осипанова Вера Михайловна	22.04.2013	16	7	26	4	9	7	30	1	4,75	11	7	13	4	4,5	4	5	13,5	8	5	4	5,75	12,50
19	Зайнулина Арина Артуровна	28.09.2013	12	11	26	4	10	6	8	15	9	13	5	12	5	4,7	4,7	5	14,4	4	5	4	4,50	18,50
20	Васюк Полина Александровна	22.06.2013	15	8	27	3	14	4	30	1	4	14	4	13	4	5	5	5	15	1	5,5	2	2,75	11,75
21	Заводчиков Кирилл Владимирович	23.12.2013	20	3	27	3	13	5	20	8	4,75	10	8	14	3	4,5	4,5	4,8	13,8	7	4	6	6,00	17,75
22	Шефер Мария Андреевна	03.11.2013	10	13	25	5	4	12	17	10	10	13	5	8	9	4,7	4,5	5	14,2	5	4,5	5	6,00	21,00
23	Баженова Нина Андреевна	23.07.2013	13	10	22	8	6	10	13	12	10	11	7	11	6	5	3	3,5	11,5	13	5	4	7,50	20,50
24	Комарницкая Александра Никитична	20.02.2013	15	8	20	9	0	16	0	17	12,5	13	5	8	9	3,5	3	4,8	11,3	14	3	7	8,75	24,25
25	Хрусталев Кирилл	23.09.2013	16	7	18	11	9	7	10	14	9,75	9	9	13	4	2,5	2,5	2,5	7,5	20	4	6	9,75	23,50

№	ФИО	г.р.	Сила									Гибкость										для сведения		
			1. отжимания в упоре от скамейки	1. Отжимания = МЕСТО	2. подъем ног из виса на стенке - угол 90	2. подъем ног из виса на стенке - угол = МЕСТО	3. подъем ног из виса - касание перекладины	3. подъем ног из виса - касание перекладины = МЕСТО	4. Удержание ног в висе на стенке - угол, СЕК	4. Удержание ног в висе на стенке - угол = МЕСТО	среднее МЕСТО сила (1-4)	5. лежа на спине - положение сидя	5. лежа на спине - положение сидя = МЕСТО	6. лежа на спине - подъем ног - пол за головой	6. лежа на спине - подъем ног за голову = МЕСТО	7.1. шпагат прав.	7.2. шпагат лев.	8. шпагат ПОПЕР.	ШПАГАТЫ сумма	ШПАГАТЫ МЕСТО (три шпагата)	9. мост		Мост МЕСТО	среднее МЕСТО гибкость (5-9)
26	Ларионова Агния	2013 г.	15	8	13	13	0	16	0	17	13,5	14	4	11	6	4	3	2,5	9,5	16	3	7	8,25	23,75
27	Виллемштайн Эмил	04.09.2013	21	2	24	6	7	9	26	5	5,5	12	6	13	4	2,5	2,5	4	9	17	2	8	8,75	19,25
28	Саевич Дарья Евгеньевна	16.07.2013	6	15	19	10	0	16	13	12	13,25	11	7	10	7	4	3,5	4,8	12,3	12	5	4	7,50	25,75
29	Потапова Василиса	2013 г.	15	8	24	6	0	16	6	16	11,5	13	5	8	9	3	2,5	3	8,5	18	4	6	9,50	26,00
30	Карасева Полина Дмитриевна	17.07.2013	13	10	16	12	0	16	0	17	13,75	13	5	12	5	3,5	4	5	12,5	11	5	4	6,25	27,00
31	Гончар София	2013 г.	11	12	23	7	0	16	0	17	13	7	10	13	4	4	2,5	4,5	11	15	4,5	5	8,50	27,50
33	Лебедева Анна Юрьевна	17.08.2013	11	12	20	9	2	14	8	15	12,5	13	5	9	8	2	2	4	8	19	5	4	9,00	27,50
33	Брылева Алиса	2013 г.	7	14	12	14	0	16	0	17	15,25	10	8	13	4	2,5	2	3	7,5	20	2	8	10,00	32,25
34	Иванова Алиса Андреевна	13.03.2013									0								0				0,00	0,00
35	Николаева Марианна Константиновна	12.08.2013									0								0				0,00	0,00
36	Данилова Дарья Денисовна	2013 г.									0								0				0,00	0,00

**Количество спортсменов к переходу на этап Т(СС)-1 = 26.**

Окончательный список спортсменов, перешедших на следующий этап подготовки, будет опубликован 31.08.2022 г.

"Кандидат" - спортсмен, решение по которому будет приниматься тренерским советом школы

**На следующий этап подготовки переходят только здоровые спортсмены, принявшие участие в сдаче нормативов.**

**Численный состав лимитируется возможностями спортивной школы.**

июнь 2022 г.

Скоростно-силовые					Техническая подготовка								Оценка тренера				Сумма	Итог		
10. Выпрыгивание / кол-во раз	10. выпрыг-ние = МЕСТО	11. плавание "комплекс" 200 м. время (норма =4:30)	11. = МЕСТО	СРЕДНЕЕ скоростно-силовые (п.10-11)	12. ПНВ обязат. прогр / МЕСТО	разряд (для сведения)	13. Ходьба в эгбите	13. = МЕСТО	14. ПРОНЫР под водой	14. = МЕСТО	15. проплывания - позиции	15. = МЕСТО	среднее МЕСТО ТЕХНИЧЕСКАЯ	носки / стопы / антропометрия	оценка тренера	СРЕДНЕЕ Оценка	ОЦЕНКА - МЕСТО	МЕСТО СРЕДНЕЕ ИТОГ		
15	3	3:36	2	2,5	1	1 юн	5	1	5	1	15	1	1,0	5	5	5,0	1,0	2,3	КПН сдала	Русина Елизавета Александровна
15	3	3:29	1	2	2	1 юн	5	1	5	1	14,5	2	1,5	4,8	5	4,9	2,0	2,8	КПН сдала	Захаренко Дарья Антоновна
14	4	3:43	3	3,5	7	1 юн	5	1	5	1	11,5	8	4,3	4,8	5	4,9	2,0	3,3	КПН сдала	Цивилева Анастасия Юрьевна
14	4	3:54	8	6	11	1 юн	4	3	5	1	13,5	4	4,8	5	5	5,0	1,0	3,3	КПН сдала	Легостаева Варвара Сергеевна
16	2	3:57	11	6,5	12	1 юн	4,5	2	5	1	12,5	6	5,3	4,5	5	4,8	3,0	4,2	КПН сдала	Бокова Полина Эдуардовна
15	3	3:45	4	3,5	3	1 юн	3	5	5	1	13,5	4	3,3	4	4,5	4,3	6,0	4,2	КПН сдала	Галунина Элина Александровна
14	4	3:47	5	4,5	10	1 юн	4	3	5	1	13,5	4	4,5	5	5	5,0	1,0	4,8	КПН сдала	Сидорова Варвара Сергеевна
15	3	4:07	14	8,5	13	1 юн	3	5	5	1	15	1	5,0	4	4,5	4,3	6,0	5,1	КПН сдала	Соловьева Анастасия
14	4	4:20	23	13,5	6	1 юн	3	5	5	1	14	3	3,8	5	5	5,0	1,0	5,5	КПН сдала	Казимиренко Елизавета
16	2	4:08	15	8,5	18	2 юн	3,5	4	5	1	12,5	6	7,3	4,5	4	4,3	6,0	5,8	КПН сдала	Федорова Варвара Сергеевна
16	2	3:57	11	6,5	17	1 юн	5	1	5	1	12,5	6	6,3	4	5	4,5	5,0	5,8	КПН сдала	Чентырева Лилиана Викторовна
17	1	3:56	10	5,5	23	1 юн	2,5	6	5	1	11,5	8	9,5	4	3,5	3,8	9,0	5,8	КПН сдала	Козоногина Александра
14	4	3:55	9	6,5	4	1 юн	5	1	5	1	11,5	8	3,5	4,3	4	4,2	7,0	6,1	КПН сдала	Шпынева Глафира Александровна
15	3	4:11	17	10	15	1 юн	5	1	5	1	13	5	5,5	4,3	5	4,7	4,0	6,2	КПН сдала	Чернышова Елизавета Дмитриевна
15	3	4:08	15	9	8	1 юн	3,5	4	5	1	12,5	6	4,8	5	4	4,5	5,0	6,4	КПН сдала	Халецкая Василиса Романовна
16	2	3:51	7	4,5	16	1 юн	4,5	2	5	1	11,5	8	6,8	4,5	4	4,3	6,0	6,5	КПН сдала	Афанасьева Арина
16	2	4:05	13	7,5	5	1 юн	5	1	5	1	10	10	4,3	4	4,5	4,3	6,0	6,7	КПН сдала	Неронова Елизавета Антоновна
16	2	4:14	20	11	24	2 юн	4	3	5	1	11	9	9,3	5	4,5	4,8	3,0	6,8	КПН сдала	Осипанова Вера Михайловна
13	5	4:15	21	13	19	2 юн	4	3	5	1	11	9	8,0	5	4,5	4,8	3,0	7,5	КПН сдала	Зайнулина Арина Артуровна
13	5	4:13	19	12	28	2 юн	4	3	5	1	12	7	9,8	3	4	3,5	10,0	7,7	КПН сдала	Васюк Полина Александровна
11	7	4:16	22	14,5	20	2 юн	2,5	6	5	1	11,5	8	8,8	5	4	4,5	5,0	7,8	КПН сдал	Заводчиков Кирилл Владимирович
13	5	4:09	16	10,5	21	2 юн	4	3	5	1	11,5	8	8,3	5	4	4,5	5,0	8,0	КПН сдала	Шефер Мария Андреевна
15	3	3:47	5	4	27	2 юн	4,5	2	5	1	9	12	10,5	4,5	3,5	4,0	8,0	8,0	КПН сдала	Баженова Нина Андреевна
15	3	3:58	12	7,5	14	1 юн	3	5	4	2	11	9	7,5	4	4	4,0	8,0	8,9	КПН сдала	Комарницкая Александра Никитична
14	4	4:12	18	11	30	2 юн	3,5	4	4	2	11,5	8	11,0	4	4	4,0	8,0	9,9	кандидат	Хрусталев Кирилл

Скоростно-силовые					Техническая подготовка									Оценка тренера				Сумма	Итог	
10. выпрыгивание / кол-во раз	10. выпрыг-ние = МЕСТО	11. плавание "комплекс" 200 м, время (норма=4:30)	11. = МЕСТО	СРЕДНЕЕ скоростно-силовые (п.10-11)	12. ПНВ обязат. пропр / место	разряд (для сведения)	13. Ходьба в эгбите	13. = МЕСТО	14. ПРОНЫР под водой	14. = МЕСТО	15. проплывания - позиции	15. = МЕСТО	среднее МЕСТО техническая	носки / стопы / антропометрия	оценка тренера	СРЕДНЕЕ Оценка	ОЦЕНКА - МЕСТО	МЕСТО СРЕДНЕЕ ИТОГ		
16	2	3:57	11	6,5	22	2 юн	3	5	4	2	6	14	10,8	3,5	3	3,3	11,0	10,0	КПН не сдала	Ларионова Агния
13	5	4:48	28	16,5	25	2 юн	2	7	4	2	5,5	15	12,3	4	2	3,0	12,0	11,0	КПН не сдала	Виллемштайн Эмил
13	5	4:14	20	12,5	31	2 юн	2	7	5	1	9,5	11	12,5	3	3	3,0	12,0	11,6	КПН не сдала	Саевич Дарья Евгеньевна
13	5	4:21	24	14,5	29	2 юн	2	7	5	1	5,5	15	13,0	4	3	3,5	10,0	11,7	КПН не сдала	Потапова Василиса
11	7	4:45	27	17	32	2 юн	3,5	4	4	2	7	13	12,8	4,5	3	3,8	9,0	11,8	КПН не сдала	Карасева Полина Дмитриевна
12	6	4:24	25	15,5	26	2 юн	2,5	6	4	2	7	13	11,8	4	3	3,5	10,0	11,8	КПН не сдала	Гончар София
12	6	4:35	26	16	33	3 юн	1	8	5	1	5	16	14,5	3	2	2,5	13,0	13,0	КПН не сдала	Лебедева Анна Юрьевна
11	7	4:49	29	18	34	3 юн	1	8	3	3	4,5	17	15,5	3	1	2,0	14,0	14,6	КПН не сдала	Брылева Алиса
				0									0,0			0,0		0,0	КПН не сдала	Иванова Алиса Андреевна
				0									0,0			0,0		0,0	КПН не сдала	Николаева Марианна Константиновна
				0	9	1 юн							2,3			0,0		0,5		отсутствие по справке, досдача

Заместитель директора по спортивной работе

А.А. Погудина

Методист отделения

Д.А. Алексеева